

## GESTION DES ÉMOTIONS

# Changement et imprévu

### MISE EN CONTEXTE

Il peut être difficile pour un enfant ayant un TSA de vivre un changement. Lors de changements ou d'imprévus, l'enfant peut avoir de la difficulté à comprendre ce qui se passe. Cette incompréhension peut entraîner de l'anxiété que l'enfant peut exprimer par des comportements. L'enseignement du pictogramme « imprévu » permet à l'enfant de mieux comprendre ce qui se passe, ce qui contribue à diminuer son anxiété.

### ÉTAPE DE L'ENSEIGNEMENT:

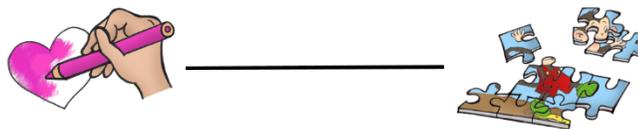
Certaines habiletés sont préalables à l'enseignement : l'enfant doit comprendre la chronologie (l'ordre) des événements ou des activités, il doit aussi comprendre le fonctionnement d'un horaire.

#### ↳ Faire l'enseignement lors d'une activité structurée

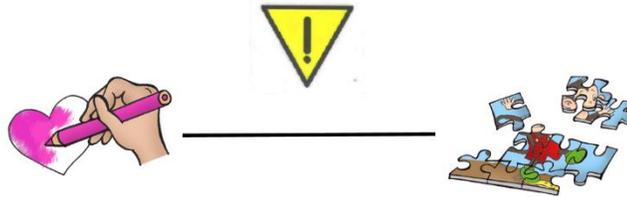
1. Lors d'une activité régulière dont l'enfant connaît l'horaire, introduire un changement. Par exemple, après une activité de dessin, introduire une activité sensorielle avant de passer à l'activité de casse-tête, tel qu'il était indiqué à l'horaire.
  - Commencer par des changements qui pourraient être agréables pour l'enfant. Par exemple, proposer un jeu ou une activité qu'il aime beaucoup au moment où devait avoir lieu une activité moins appréciée.
2. Enseigner la signification du pictogramme « changement » en lui montrant le pictogramme.



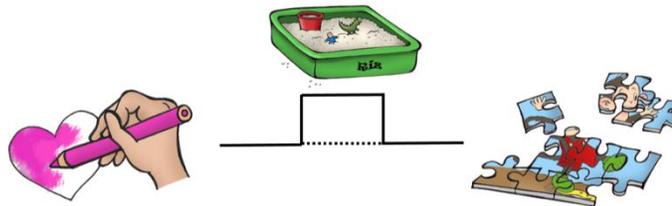
- Faire pointer le pictogramme par l'enfant.
  - Lui expliquer la signification du pictogramme en disant qu'il y a un « changement » sur un ton neutre.
3. En utilisant un support visuel déjà compris par l'enfant (séquence imagée, dessin à main levée, etc.), expliquer le changement qui va se produire.
    - Présenter à l'enfant la séquence qui devait avoir lieu (ex. : dessin, puis casse-tête).



- Nommer à l'enfant qu'il va y avoir un changement en lui montrant le pictogramme (ex. : il y a un changement).



- Présenter à l'enfant la nouvelle séquence (ex. : dessin, activité sensorielle, puis casse-tête).



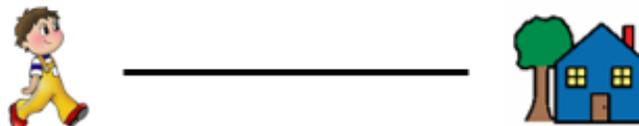
4. Exécuter le changement, puis faire la tâche prévue.
5. Refaire les mêmes étapes en introduisant un changement moins agréable (ex. : interchanger l'ordre de deux activités prévues).
6. Refaire les mêmes étapes en introduisant un changement que l'enfant accepte plus difficilement (ex. : ajouter une activité non appréciée par l'enfant).

#### ✚ Utiliser le pictogramme changement à chaque occasion du quotidien.

Utiliser le pictogramme «changement» lors d'un changement de route entre la maison et le CPE, lors d'un changement dans la routine ou d'un changement dans une séquence. Généraliser aussi son utilisation lors d'imprévus (changements pour lesquels on ne peut pas préparer l'enfant d'avance, par exemple, lors de travaux routiers, lors d'une panne d'électricité, etc.). Toujours supporter la compréhension de l'enfant en utilisant un support visuel déjà compris par celui-ci (séquence imagée, dessin à main levée, etc.).

1. Présenter à l'enfant la séquence qui devait avoir lieu (ex. : marcher, puis rentrer à la maison).

Exemple 1 :

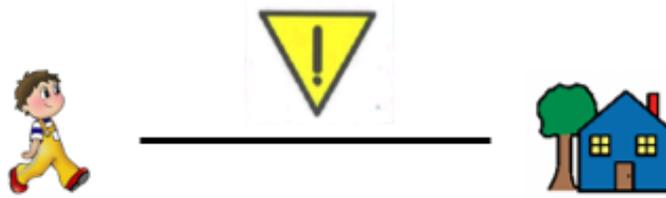


Exemple 2 :

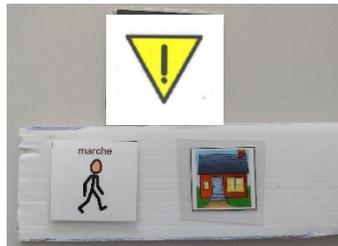


- 
2. Nommer à l'enfant qu'il va y avoir un changement en lui montrant le pictogramme (ex : dire «il y a un changement»).

Exemple 1 :



Exemple 2 :



3. Présenter à l'enfant la nouvelle séquence (ex : marcher, aller au magasin, puis rentrer à la maison).

Exemple 1 :



Exemple 2 :



## MISE EN GARDE

- ⚡ Avant d'utiliser le pictogramme au quotidien, assurez-vous d'avoir complété toutes les étapes d'enseignement lors d'une activité structurée.
- ⚡ Si vous avez des questions en lien avec le pictogramme «changement», n'hésitez pas à communiquer avec votre intervenant pivot.